

**Pijat Bayi Di Kelurahan Belakang Balok Kota Bukittinggi Sumatera Barat**

**Feny Wartisa, Wira Meiriza, Athica Oviana, Nofriadi Nofriadi, Siska Putri Rahayu,  
Ledi Falkensi, Sri Rahayu Silyunia**

STIKes Perintis Padang  
Email : [fwartisa@gmail.com](mailto:fwartisa@gmail.com)

**ABSTRAK**

Pijat merupakan salah satu bentuk dari terapi sentuh yang berfungsi sebagai salah satu tehnik pengobatan penting yang dapat meningkatkan nafsu makan dan berat badan balita. Melalui kegiatan demostrasi pijat bayi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita tentang pijat bayi. Jenis kegiatan yang dilakukan adalah demostrasi sekaligus pijat bayi yang dilaksanakan di Kelurahan Belakang Balok Kota Bukittinggi Sumatera Barat. Sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah ibu yang memiliki balita yang tinggal Kelurahan Belakang Balok Kota Bukittinggi Sumatera Barat. Hasil dari kegiatan ini adalah : Program pengabdian ini berjalan dengan baik dan lancar dan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu tentang pijat bayi sehingga ibu-ibu dapat melakukan sendiri pijat kepada anaknya yang berdampak pada kenaikan berat badan anak.

Kata Kunci : Demostrasi, pijat Bayi, Belakang Balok

**ABSTRACT**

*Massage is one form of touch therapy that serves as one of the important treatment techniques that can increase appetite and toddler weight. Through baby massage demonstration activities are expected to be able to increase the knowledge and skills of toddler mothers about baby massage. The type of activity carried out was a demonstration as well as a baby massage that was carried out in the Belakang Balok Village, Bukittinggi city, West Sumatera. The target in this community service was mothers who had toddlers living in the Belakang Balok Village, Bukittinggi city, West Sumatera. The results of this activity are: This service program runs well and smoothly and can increase the knowledge and skills of mothers about infant massage so that mothers can do their own massages to their children that have an impact on the child's weight gain*

*Key words : Demonstration, baby massage, belakang balok*

**PENDAHULUAN**

Indikator keberhasilan pembangunana salah satunya dapat dilihat dari yaitu Mortalitas (kematian), Status Gizi dan Morbiditas (kesakitan) (Dinkes, 2016). Masalah kesehatan anak masih merupakan masalah nasional yang dimana perlu mendapatkan prioritas utama karena sangat menentukan bagaimana kualitas sumber daya manusia pada generasi mendatang (Dwi, 2013). Bayi sampai anak usia 5 tahun (Balita) dalam ilmu gizi dikelompokkan sebagai golongan penduduk yang rawan terhadap kekurangan gizi. Usia balita merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sehingga sering disebut periode emas sebab dalam periode ini terjadi perkembangan saraf otak khususnya

mielinisasi sekaligus periode kritis. Periode emas dapat tercapai apabila kebutuhan gizi balita terpenuhi secara optimal. Sebaliknya apabila bayi dan balita tidak memperoleh makanan sesuai dengan kebutuhannya maka periode emas akan berubah menjadi periode kritis sehingga terganggu pertumbuhan dan perkembangannya (Diana, 2010).

Menurut Laporan Global Nutrition pada tahun 2017 menunjukkan masalah status gizi di dunia diantaranya prevalensi wasting (kurus) 52 juta balita (8%), stunting (pendek) 115 juta balita (23%), dan overweight 4 juta balita (6%) (UNICEF dan WHO, 2017). Prevalensi underweight di dunia tahun 2016 berdasarkan lingkup kawasan World Health Organization (WHO) yaitu Afrika 17,3% ( 11,3 juta),

Amerika 1,7% ( 1,3 juta), Asia Tenggara 26,9% (48 juta), Eropa 1,2% (0,7 juta), Mediterania Timur 13% (10,5 juta), Pasifik Barat 2,9% (3,4 juta), sedangkan secara global didunia prevalensi anak usia dibawah lima tahun yang mengalami underweight ialah 14% (94,5 juta) (WHO, 2017). Berdasarkan data dari Riskesdas tahun 2018 didapatkan balita gizi buruk sebanyak 3,9%, balita gizi kurang sebanyak 13,8%. sedangkan status gizi buruk dan kurang pada provinsi Sumatera Barat adalah pada angka mendekati 15,6 %.

Belakang Balok merupakan salah satu kelurahan di kecamatan Aua Birugo Tigo Baleh di Kota Bukittinggi. kelurahan Belakang Balok memiliki luas wilayah 1 Km<sup>2</sup>. Dengan jumlah penduduk 2937 jiwa (BPS Kota Bukittinggi, 2015). Kelurahan belakang balok merupakan daerah perkantoran kotabukittinggi dengan mata pencaharian pedagang, pegawai, petani serabot pengusaha industri kecil. Berdasarkan laporan LB3 Gizi dari 7 Puskesmas yang ada di Kota Bukittinggi ditemukan 19 orang (0,23%) Balita laki-laki yang memiliki berat badan di bawah garis merah (BGM) pada KMS dan 19 orang (0,23%) balita perempuan.

Salah satu upaya untuk meningkat berat badan bayi yaitu dengan pijat bayi. Pijat merupakan salah satu bentuk dari terapi sentuh yang berfungsi sebagai salah satu tehnik pengobatan penting. Menurut penelitian yang dilaksanakan oleh Ummi Kalsum bahwa terdapat hubungan antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan. Selain itu hasil penelitian Megasari dkk didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pijat bayi dengan nafsu makan bayi. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu tentang pijat bayi sehingga dapat meningkatkan nafsu makan dan berat badan bayi.

Berdasarkan hasil pengkajian komunitas yang sudah dilakukan melalui metode windshield survey, observasi, wawancara kepada ibu dan balita di Kelurahan Belakang Balok. Hasil wawancara terhadap 5 ibu balita mengatakan bahwa sudah memberikan makanan pendamping ASI sebelum anak berusia 6 bulan. Beberapa ibu mengeluhkan tidak memberikan ASI eksklusif karena bekerja.

## **METODE**

Jenis kegiatan yang dilakukan adalah demonstrasi sekaligus pijat bayi yang dilaksanakan di Kelurahan Belakang Balok Kota Bukittinggi. Sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah ibu yang memiliki balita yang tinggal di Kelurahan Belakang Balok dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pijat bayi dan dapat melaksanakan pijat bayi pada anak-anaknya yang terdiri dari beberapa tahap : tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap evaluasi. Proses pengumpulan data dalam kegiatan pengabdian pada data awal dilakukan dengan wawancara dan observasi. Selanjutnya dilakukan kegiatan demonstrasi kepada ibu-ibu yang memiliki balita dan langsung mempraktekkan kepada balitanya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pijat bayi di Kelurahan Belakang Balok Kota Bukittinggi, Sumatera Barat, diawali dengan koordinasi antara tim penyuluhan bersama bidan desa dan kader serta seluruh masyarakat dalam kegiatan lokmin untuk memberikan gagasan.

Kegiatan ini dilaksanakan di salah satu posyandu Di kelurahan Belakang Balok yang dilaksanakan dengan metode ceramah, diskusi, dan praktik. Dalam kegiatan ini dihadiri oleh dosen, mahasiswa dari STIKes Perintis Padang, kader, masyarakat dan bidan desa. Semua peserta yang hadir sangat antusias sekali dengan kegiatan ini.

Pijat merupakan salah satu bentuk dari terapi sentuh yang berfungsi sebagai salah satu tehnik pengobatan penting. Sentuhan dan pandangan mata orang tua dan bayi mampu mengalirkan kekuatan jalinan kasih sayang diantara keduanya yang merupakan dasar komunikasi untuk memupuk cinta secara timbal balik, mengurangi kecemasan, meningkatkan kemampuan fisik serta rasa percaya diri. Pijat merupakan terapi sentuh tertua dan terpopuler yang dikenal manusia. Pijat telah lama dilakukan hampir diseluruh dunia termasuk indonesia dan diwariskan secara turun temurun. Pijat bertujuan untuk menghilangkan rasa sakit dan mengembalikan tubuh menjadi segar bugar kembali. Pijat dapat diterapkan disemua kalangan umur mulai dari bayi hingga dewasa.

Selain ibu, bayi setelah lahir pun perlu mendapat sentuhan dan pijatan agar mendapatkan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan

perasaan aman pada bayi. Dengan melakukan pijat bayi dapat dijadikan cara pencegahan penyakit yang dimulai dari usia dini. Sentuhan pijat bayi dan sentuhan kasih sayang yang dimulai pada usia dini dapat meningkatkan kualitas hidup anak dan orang tua. Sehingga pijat bayi merupakan cara yang paling baik dalam meningkatkan kedekatan hubungan emosional orang tua dan bayi (bonding), dan menjadi sarana yang efektif untuk berkomunikasi serta memahami tentang kebutuhan bayi. Sebuah penelitian yang

dilakukan oleh Fitriani dan nurhidayanti mendapatkan hasil bahwa ada hubungan antara pijat bayi dengan peningkatan nafsu makan pada bayi usia di atas 6 bulan. Air susu ibu (ASI) merupakan asupan nutrisi utama pada bayi khususnya bayi dibawah 6 bulan. 13 ASI diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormone Oksitoksin, Prolaktin dan Reflek Let Down. Sehingga faktor psikologis ibu dan faktor bayi sangat berkaitan dengan produksi ASI.

Foto kegiatan pijat bayi :



## KESIMPULAN

Program pengabdian ini berjalan dengan baik dan lancar dan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu tentang pijat bayi sehingga ibu-ibu dapat melakukan sendiri pijat kepada anaknya yang berdampak pada kenaikan berat badan anak.

## REFERENSI

- BPS Kota Bukittinggi. 2015. Sosial dan kependudukan.
- Dasuki. 2010. *Pengaruh Pemijatan terhadap Kenaikan Berat Badan dan Lama Tidur Bayi Usia 1 sampai 3 Bulan*. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara For Ikes Vol II.
- Dieter JNI, Field T, Hernandez M, Eugene, Redzepe M. 2014. *Stable preterm infant gain more weight and sleep less after five days of massage therapy*. Journal of pediatric psychology vol 28, no 6.
- Fitriani L, Nurhidayanti N. 2007. *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan*

*nafsu makan pada bayi usia di atas 6 bulan*. 2007.

- Sutarmi, Melyana NW, Kusmini S. 2016. *Mom Massage, Baby Massage and Spa*. Semarang : IHCA.
- Roesli U. 2001. *Pedoman pijat bayi premature dan bayi usia 0-3 bulan*. Jakarta: Niaga swadaya.
- Riskesdas. 2018.  
[http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018\\_1274.pdf](http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf)
- Setiawati, I. (2010). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0-6 bulan di Polindes Buluk Agung wilayah kerja Puskesmas Klampis Bangkalan* (Skripsi, Universitas Airlangga Surabaya). Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga, Surabaya – Jawa Timur, Indonesia
- Ummi Khalsum. *peningkatan berat badan bayi melalui pemijatan*. Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 17



**Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis**  
**Vol. 1 No. 1 Tahun 2019**

No.1, Maret 2014, hal 25-29 pISSN  
1410-4490, eISSN 2354-9203

Megasar, Rinda Ardila (2014) Hubungan  
 pijat byi dengan nafsu makan bayi  
 pada bayi usia 6-24 bulan di ruang

bkia rumah sakit islam a. yani  
 surabaya.

<http://repository.unusa.ac.id/1980/>